

メンタルヘルス研修の 講師を派遣します

費用は
無料!

札幌市では、市内の中小企業等に、
職場のメンタルヘルス研修のための講師を
無料で派遣します。

安全衛生研修の
一環として!

職場の活性化
生産性の
向上に!



対象

札幌市内にあり、5人以上が受講できる事業所、
協同組合・労働組合等の団体。

会場

お申込みの事業所でご用意ください。

派遣期間

令和元年10月1日(火)～令和2年1月31日(金)

派遣回数

全30回派遣(1事業所につき2回まで派遣できます)

※応募多数の場合は、抽選で決定しますが、初めて応募される事業所を優先し
ます。また、応募者数が派遣回数に満たない場合は、派遣回数に達するまで、
追加で受付します。(先着)

募集期間

令和元年7月11日(木)～令和元年8月9日(金)

※8月10日以降の募集状況については、
(一社)日本産業カウンセラー協会北海道支部へお問い合わせまたは
札幌市HP (<http://www.city.sapporo.jp/keizai/koyo/jigyo/>) にて
ご確認ください。

※派遣確定のご連絡は、8月下旬を予定しております。

申込方法

裏面の申込書を(一社)日本産業カウンセラー協会北海道
支部へFAXもしくは郵送してください。

※申込書は札幌市HP (<http://www.city.sapporo.jp/keizai/koyo/jigyo/>)
からもダウンロード可能です。

研修内容

裏面の研修コースをご覧ください。

お申し込み先

(一社)日本産業カウンセラー協会 北海道支部

FAX 209-7011

〒060-0004

札幌市中央区北4条西7丁目1-5
札幌ホワイトビル3階

お問い合わせ

(一社)日本産業カウンセラー協会 北海道支部

TEL 209-7000

主催

札幌市

運営委託

(一社)日本産業カウンセラー協会
北海道支部



さっぽろ市
02-H03-19-1152
31-2-846

選べる！ 研修コース

	Aコース(社員・従業員向け)	Bコース(管理監督者向け)	Cコース(社員・管理監督者合同)
基礎	内容：セルフケア 構成：ストレスとメンタルヘルス メンタルヘルス対策	内容：ラインケア 構成：ストレスとメンタルヘルス メンタルヘルス対策 管理監督者の役割	内容：みんなのセルフケア 構成：ストレスとメンタルヘルス メンタルヘルス対策
オプション	●上記基礎コース(所要時間60分)にオプションを2つまで追加できます。 以下のうち、希望されるオプションを最大2つまでお選びください。 (1つに概ね30分かかりますので、2つ選択した場合は2時間の研修となります。オプションの選択がない場合は講師に一任と承ります。)		
	1. ストレス対処の実践 (睡眠・運動・栄養など)	6. 自己理解	11. 早期発見・対応の事例検討
	2. ものの受け止め方・考え方	7. コミュニケーション	12. 職場復帰とうつ病
	3. 傾聴演習	8. ハラスメント	13. ライフキャリア
	4. 相談対応	9. 職場のハラスメントの 事例検討	
	5. カウンセリング効果	10. 職場環境改善	

(一社)日本産業カウンセラー協会北海道支部 行き

FAX 209-7011

メンタルヘルス研修講師派遣申込書

令和 年 月 日

連絡先	事業所等の名称							
	業種					従業員数	人	
	事業所等の所在地	(〒 -)		(TEL)				
	担当者氏名			メールアドレス				
派遣希望日時 2回まで派遣できます ※派遣時間は、9:00~20:00 の間で最大2時間以内	1回目	第1希望	月	日()	午前・午後	時 分~	時 分	
		第2希望	月	日()	午前・午後	時 分~	時 分	
	希望コース	<input type="checkbox"/>	コース +	オプション	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	参加予定人数	人
	2回目	第1希望	月	日()	午前・午後	時 分~	時 分	
第2希望		月	日()	午前・午後	時 分~	時 分		
希望コース	<input type="checkbox"/>	コース +	オプション	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	参加予定人数	人	
●過去にこのメンタルヘルス研修を実施したことがありますか？ <input type="checkbox"/> ある(回) <input type="checkbox"/> ない ●このメンタルヘルス研修以外にメンタルヘルス研修を実施したことがありますか？ <input type="checkbox"/> ある <input type="checkbox"/> ない ●この事業は何を通して知りましたか？ <input type="checkbox"/> 広報さっぽろ <input type="checkbox"/> 経済情報さっぽろ <input type="checkbox"/> インターネット <input type="checkbox"/> チラシ・ポスター <input type="checkbox"/> 新聞・テレビなどの報道 <input type="checkbox"/> 関係事業団体 <input type="checkbox"/> その他()								

※ご記入いただきました個人情報は、お申込みいただいた派遣事業に関する目的以外には一切使用いたしません。